



1 MODALITÉ PRIORITAIRE

Qu'est-ce que le corps a spontanément envie de bouger ?
il est important de découvrir /noter sa modalité prioritaire car elle ne sera nécessairement celle de ses futurs élèves.

● Etape 1 : Motricité Prioritaire

On aide le chanteur à découvrir **la partie du corps** qui bouge naturellement quand il y a volonté de synchronisation. Cela peut être aussi bien le pied, le bassin, la tête que les épaules ou - pourquoi pas - la respiration... C'est l'histoire archaïque de la personne qui décide de ce mouvement spontané. Le choix de la **partie du corps qui s'impose pour synchroniser est fondamental** : cela peut aider le chanteur à sortir d'un blocage involontaire construit par un pédagogue qui lui aurait systématiquement fait battre la mesure avec sa main (en dessinant dans l'air les mesures ou en tapotant son doigt sur la table comme un tambour...). Si sa motricité prioritaire ne se place pas à priori dans la main, le chanteur ne va pas se sentir à l'aise dans la « battue » du rythme et risque de croire qu'il n'est pas doué par la perception rythmique. Or il suffirait qu'il

se recale avec le « bon » mouvement de sa motricité prioritaire pour que tout se passe bien !

● Etape 2 : Micro-motricité

On réduit le mouvement au minimum tout en gardant une "secousse" rythmique bien précise. Etape indispensable que l'on retrouvera dans la pédagogie des autres séminaires et qui permet d'aller d'un mouvement corporel extérieur à un « mouvement imaginé et intérieur ».

● Etape 3 : Motricité Silencieuse

On imagine le mouvement pour continuer à "chanter" le rythme dans sa tête, dans un tempo interne invisible. Cette étape permet l'intériorisation du rythme dans l'imaginaire du cerveau, habileté obligatoire chez le musicien professionnel.

2 TRANSFERT DE MODALITÉS

On passe de la motricité prioritaire vers les motricités secondaires. Et pour cela, on explore toutes les solutions corporelles possibles : on passe des mains aux pieds, de la tête au bassin...

On va particulièrement s'attacher à faire découvrir la Motricité Respiratoire : expulser un petit jet d'air sonorisé sur

un FFF pour synchroniser le rythme. C'est d'autant plus important pour un chanteur de découvrir/ressentir cette Motricité. Le résultat sonore du groupe synchronisé sur une musique est toujours très motivant pour un chanteur : nous retrouverons cette sensation dans le séminaire 6.2 pour la pédagogie du groupe.

On enchaîne les différentes modalités grâce à des jeux collectifs sur une musique très « pulsé » mais encore binaire :

- le **formateur** annonce au fur et à mesure les changements
- le **chanteur** explore de lui-même toutes les solutions qui lui viennent...

3 SUPERPOSITION DE MODALITÉS

Après l'exploration précédente en isolation sensorielle, on combine /additionne les intentions motrices sur des séquences de plus en plus complexe en rajoutant **différentes parties du corps** : mains + tête, pieds + yeux... sans oublier la **motricité respiratoire**.

On enchaîne ensuite sur l'étape de **micro-motricité**.

Puis on finit l'exercice sur une proposition de totale liberté : **synchroniser l'ensemble de notre corps avec la musique**. Le résultat est toujours très dynamique et amusant pour l'ensemble des participants.